



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Facultad de Psicología  
Carrera de Psicología Clínica

**Ansiedad por la imagen corporal en estudiantes de la carrera de psicología de la  
Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca, período 2020- 2021**

Trabajo de titulación previo a la obtención del  
título de Psicólogo Clínico

**Autores:**

Wenddy Gabriela Heredia Gutiérrez

CI: 0105955918

Correo electrónico: wenddyheredia1996@hotmail.com

David Josue Peralta Peralta

CI: 0106600539

Correo electrónico: davidp2481@gmail.com

**Tutora:**

Mgt. Ruth Germania Clavijo Castillo

CI: 0301623443

**Cuenca-Ecuador**

14 de septiembre del 2021



## Resumen

La imagen corporal es un constructo que forma parte de la sociedad y ha ido cambiando con el paso del tiempo; involucra elementos como la personalidad, autoestima, autoconcepto entre otros y, si dicha imagen corporal se ve amenazada de alguna manera podría dar paso a distintos trastornos, entre ellos los alimenticios o de ansiedad, los cuales involucran consecuencias a nivel físico, cognitivo, emocional y comportamental. Para el presente trabajo de investigación se planteó como objetivo general describir el grado de ansiedad rasgo y estado según la imagen corporal de los estudiantes de la carrera de Psicología en el período 2020-2021; así como describir y determinar los grados de ansiedad según las subescalas rasgo y estado, atendiendo al factor peso y factor no peso. Concomitante, el estudio posee un enfoque cuantitativo, con corte transversal, de alcance descriptivo y con un tipo de diseño no experimental. Se trabajó con una población de 198 estudiantes pertenecientes a la carrera de Psicología de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca. Como instrumentos se utilizó una ficha sociodemográfica y el Body Image Anxiety Scale. Dentro de los resultados se encontró que existe una mayor representatividad por parte del sexo femenino entre 18-20, las cuales poseen altos niveles de ansiedad rasgo y estado, a su vez son aquellos los que no hacen ejercicio ni dieta quienes reflejan estos valores; en relación con los ítems correspondientes a las partes del cuerpo en comparación con los hombres, referente a ansiedad estado factor peso, el ítem puntuado más alto por ambos sexos fue el abdomen y en factor no peso fueron las muñecas.

**Palabras Clave:** Ansiedad. Imagen corporal. Adultez emergente. Estudiantes universitarios de psicología



### **Abstract**

Body image is part of society and has changed over time; It involves elements such as personality, self-esteem, self-concept and, if threatened in any way, it could lead to different disorders, including eating disorders or anxiety, which involve consequences at a physical, cognitive, emotional and behavioral level. The general objective of this research is to describe the degree of trait and state anxiety according to the body image of the students of the Psychology career in the period 2020-2021; as well as describe and determine the degrees of anxiety according to the trait and state scales, taking into account the weight factor and the non-weight factor. This study has a quantitative, cross-sectional approach, descriptive in scope and with a type of non-experimental design. We worked with a population of 198 students belonging to the career of Psychology of the Faculty of Psychology of the University of Cuenca. The instruments used were a sociodemographic record and the Body Image Anxiety Scale. Among the results, it was found that there is a greater representation by the female sex between 18-20, who have high levels of trait and state anxiety, in turn, those who do not exercise or diet reflect these values; In relation to the items corresponding to the parts of the body in comparison with men, regarding anxiety status, weight factor, the item scored highest by both sexes was the abdomen and in non-weight factor were the wrists.

**Keywords:** Anxiety. Body image. Emerging adulthood. College psychology students.



## TABLA DE CONTENIDO

Resumen .....	2
Abstract.....	3
Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorios Institucional ....	6
Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorios Institucional ....	7
Cláusula de propiedad intelectual.....	8
Cláusula de propiedad intelectual.....	9
FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA .....	10
Imagen corporal .....	10
Ansiedad .....	14
PROCESO METODOLÓGICO .....	18
Enfoque, alcance y tipo de investigación.....	18
Población.....	18
Criterios de inclusión .....	18
Criterios de exclusión.....	18
Instrumentos.....	18
Procesamiento de datos.....	19
Análisis de datos .....	20
Aspectos éticos.....	20
PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS .....	21
Caracterización de los participantes.....	22
BIAS y variables sociodemográficas .....	23
DISCUSIÓN .....	28
CONCLUSIONES.....	30
RECOMENDACIONES .....	31
Referencias .....	33
Anexos .....	38

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Índice de fiabilidad según las cuatro categorías de análisis .....	21
Tabla 2. Índice de fiabilidad según las dimensiones y categorías de factor peso y no peso.....	21



Tabla 3. Caracterización de los participantes .....	22
Tabla 4. Cruce de variables entre la edad y las categorías del BIAS .....	23
Tabla 5. Cruce de variables entre el sexo y las categorías del BIAS .....	23
Tabla 6. Prácticas dietéticas según el sexo. ....	24

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. niveles de ansiedad según la dimensión de factor peso.....	25
Gráfico 2. niveles de ansiedad según la dimensión de factor no peso.....	25
Gráfico 3. valores generales de acuerdo con las categorías de rasgo y estado .....	26



## Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio Institucional

---

### Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio Institucional

---

Yo Wendy Gabriela Heredia Gutiérrez en calidad de autor/a y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación "Ansiedad por la imagen corporal en estudiantes de la carrera de Psicología de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca, período 2020- 2021", de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 14 de septiembre del 2021

Wenddy Gabriela Heredia Gutiérrez

C.I: 0105955918



## Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio Institucional

---

### Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio Institucional

---

David Josue Peralta Peralta en calidad de autor/a y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación "Ansiedad por la imagen corporal en estudiantes de la carrera de psicología de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca, período 2020- 2021", de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 14 de Septiembre del 2021

David Josue Peralta Peralta

C.I: 0106600539



## Cláusula de propiedad intelectual

---

### Cláusula de Propiedad Intelectual

---

Yo Wendy Gabriela Heredia Gutiérrez, autor/a del trabajo de titulación “Ansiedad por la imagen corporal en estudiantes de la carrera de Psicología de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca, período 2020- 2021”, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor/a.

Cuenca, 14 de septiembre del 2021

Wenddy Gabriela Heredia Gutiérrez

C.I.: 0105955918





## Cláusula de propiedad intelectual

### Cláusula de Propiedad Intelectual

---

David Josue Peralta Peralta, autor/a del trabajo de titulación "Ansiedad por la imagen corporal en estudiantes de la carrera de psicología de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca, período 2020- 2021", certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor/a.

Cuenca, 14 de Septiembre del 2021

David Josue Peralta Peralta

C.I: 0106600539

## FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

### Imagen corporal

La imagen corporal es un tema cuyo nivel de interés se ha incrementado con el paso del tiempo; a pesar de haber surgido como un constructo que parte de la realidad que se vive en áreas de la salud donde la necesidad para abarcar temas relacionados con el autoestima, autoconcepto e incluso personalidad en los individuos es inminente; desde la psicología y psiquiatría es posible identificar psicopatologías o trastornos dismórficos, situaciones que llegan afectar individual, biológica, y socialmente a una persona (Baile, 2003).

Concomitante al aspecto social, la percepción física sobre el aspecto de un individuo es algo que ha cambiado con el paso del tiempo, la concepción de “bello” se ha ido modificando, por ejemplo desde el enfoque psicoanalítico Schilder (1935) citado en Palaguachi y Torres (2020), menciona que la imagen corporal “no solo se puede describir desde una concepción fisiológica, sino también psicológica, e incluso se valora como un factor decisivo en toda la acción humana y como una parte constitutiva de la persona” (p.18). Es así que, no estuvo lejos de la realidad, pues dicha concepción ha influido en la sociedad, de tal forma que, actualmente las culturas occidentales determinan la belleza a partir del estado físico de una persona.

Así mismo, desde lo individual Thompson (1990) citado en Raich, et al., (1997), explica que el constructo que abarca la imagen corporal está integrado por tres elementos que son desde lo perceptual, cuando el individuo empieza a ver las partes del cuerpo desde los distintos tamaños llevándolos a ver más grande de lo que son o más pequeños (sobre y subestimación); en lo cognitivo-afectivo donde se evocan sentimientos relacionados a las valoraciones corporales como peso, talla, tamaño etc, despertando en los individuos ansiedad, preocupación u otras; y el elemento conductual que consecuente a los dos anteriores provoca que el sujeto evite situaciones donde tenga que exponerse . Este mismo autor, explica que las personas que más son afectadas por el tema de la imagen corporal son las mujeres, y que sobre todo en la población universitaria existe un gran desagrado consigo mismas llevándoles a afectar en la autoestima y desarrollar trastornos alimenticios.

Con respecto a lo mencionado, más tarde, Raich (2000), conceptualiza más detalladamente la imagen corporal llegando a concebirla como un constructo que integra la percepción que tenemos de todo el cuerpo y de sus partes, como del movimiento y límites del mismo, la

experiencia subjetiva de actitudes, pensamientos, sentimientos, valores que experimentamos, y, el modo de comportarnos según nuestras cogniciones y sentimientos; en la misma línea Pereyra (2002), al estudiar sobre imagen corporal refiere que ésta cambia de una época a otra, de una cultura a otra, e inclusive de una persona a otra, debido a que se interpreta el cuerpo no sólo basado en la suma de órganos funcionales que lo conforman, sino también basado en la conceptualización y percepción dada a las diferentes partes.

Pese a que, la atención en la apariencia física y hacia la figura han existido siempre, en la actualidad la preocupación por el cuerpo o por alcanzar los cánones de belleza existentes mueve una gran cantidad de dinero, provocando que se generen artículos de revistas y programas de televisión que llamen la atención del público (De la Serna, 2004), sin embargo, ello tiene implicaciones e incidencias en los jóvenes, entre ellos los universitarios, según Grogan (como se citó en Molina et al., 2015) las preocupaciones por el cuerpo se han relacionado con amenazas para la salud y conductas de riesgo. Igualmente, para (Acosta y Gómez, 2003; Stice y Bearman, 2001; Taylor et al., 1998) la percepción del físico puede causar mucha tensión en los seres humanos, la presión que ejerce la sociedad por alcanzar *“la belleza corporal”*, sobre todo en culturas occidentales, llegando a considerarse la delgadez extrema como una obsesión colectiva por la imagen corporal.

Es por ello que Fernández, González y Onofre (2015), explican que este constructo es bastante complejo pues involucra distintos aspectos como sentimientos y emociones, mismos que luego influyen en la parte comportamental de la persona, según ellos, el cómo las personas se perciben influye en el desarrollo de su autoconcepto y la conducta consecuente se derivará de este. Algunos de los periodos más críticos donde se da una percepción negativa de la imagen corporal es desde la adolescencia hasta la adultez emergente, sobre todo este fenómeno se observa en la población femenina, estas suelen recurrir a dietas y ejercicios que ponen en riesgo su salud, llegando en algunos casos a padecer de trastornos de la conducta alimentaria; en relación al autoconcepto físico implica la percepción de algunos elementos como tamaño del cuerpo, forma, salud, peso, fuerza, grasa corporal, y resistencia física, aspectos que llegan a repercutir en las concepciones de las personas.

Considerando lo expuesto, es de relevancia abarcar los valores e ideales respecto a la imagen corporal, estos pueden provocar un mayor riesgo de padecer un trastorno de la conducta alimentaria (TCA) puesto que, al comparar su imagen con las que venden los medios de comunicación a las cuales se les atribuye atractivo, felicidad, popularidad y éxito, afecta

directamente a su autopercepción física (Botta, 2003; Durkin y Paxton, 2002). Según Sepúlveda, Botella y León (2001) “la insatisfacción con la imagen corporal se caracteriza por la presencia de juicios valorativos sobre el cuerpo que no coinciden con las características reales” (p.3). Al aumentar la distancia entre figura real e ideal, en la mayoría de los casos se incrementa la insatisfacción corporal consigo mismo, es así que esta se presenta como un buen predictor de riesgo para los TCA (Cortes, Saucedo, Cortés, 2011).

Respectivamente, las personas con preocupación excesiva por su imagen corporal tienden a recurrir al uso de maquillaje, ropa holgada, exageración con respecto a horas frente al espejo para observar la parte o partes de su cuerpo con las que se sienten insatisfechos, en ocasiones esto les llega afectar tanto que deciden no volver a mirarse nunca o incluso evitar situaciones sociales en las que piensan que la gente se fijará en dichas partes de su cuerpo con las cuales no se sienten cómodos, Raich (2004) explica que “estas conductas, tienden por un proceso de reforzamiento negativo, a mantener e incrementar la ansiedad por su apariencia” (p.18). Por ende, esta concepción negativa hacia sus cuerpos enlista una serie de elementos importantes, por ejemplo, la influencia de la cognición en la conducta de los individuos en relación con su cuerpo y sus elementos.

En relación al físico, las características propias de las personas dependen de las distintas etapas del desarrollo que dicho individuo se encuentre atravesando, algunos investigadores han identificado que se destaca una preocupación por la imagen corporal en las personas que se encuentran en la adultez emergente, por ejemplo, al comer demasiado y subir de peso ( lo que se identifica como uno de los problemas nutricionales más comunes en la adolescencia y en la adultez), sin embargo, esto no ha impedido que, debido a una tendencia que idolatra el peso corporal, los casos por trastornos de la alimentación disminuyan, sino que, por el contrario, han aumentado considerablemente en muchos países, sobre todo en naciones desarrolladas (Makino, Tsuboi y Dennerstein, 2004).

Respecto a la adultez emergente, esta es una etapa del ciclo vital que se caracteriza por cambios fisiológicos, emocionales y cognitivos, los cuales incrementan la probabilidad de experimentar un fuerte descontento con la imagen corporal (Inglés et al., 2010). Un ideal de delgadez forjado por las preocupaciones en el peso corporal proviene de un ideal cultural considerado como “estético” en la actualidad, una moda que puede no ser siempre saludable, accesible y que puede conducir a un fatal desenlace, además de producir ansiedad que refleja la preocupación excesiva en el peso y la figura, lo cual se puede manifestar como insatisfacción

o incluso como distorsión de la imagen corporal (Anuel, Bracho, Brito, Rondón y Sulbarán, 2012).

Concomitante, algunas personas para adecuarse a la estética cultural y tener ese cuerpo perfecto han llegado a desencadenar preocupaciones patológicas hacia el organismo de manera que pueden alterar la percepción de su propio cuerpo y desear la perfección física, para alcanzarlas; los hombres se concentran en incrementar su masa corporal, mientras que, las mujeres a disminuirla, como parte de esta obsesión llegan a ejecutar largas jornadas de ejercicios para quemar grasa o tonificar sus músculos y en consecuencias realizan jornadas consecutivas llegando a practicar un exceso de ejercicio ,de tal forma que, hay semanas en las que no dejan descansar a su cuerpo (Rodríguez y Rabito, 2011).

Respecto a las dietas, con la finalidad de moldear sus figuras más no de verse sanas, algunas personas llegan a realizar dietas restrictivas, donde se prohíben alimentos y se priorizan otros más de lo apropiado, en ocasiones, eliminan comidas, y alimentos como parte de su preocupación de mantenerse perfectos, todo ello sin supervisión o recomendación de un profesional de la salud en este área, en ocasiones suprimen la ingesta diaria, realizan rituales de ayunos o aplican dietas milagrosas para mantenerse o bajar el peso (Hernández, y León ,2012)

Es así como en varias investigaciones surge la temática de la ansiedad por una alteración perceptiva de la imagen corporal. Por su lado, la insatisfacción corporal cuenta con características como la presencia de juicios de valor sobre el propio cuerpo, mismas que no concuerdan con características reales (Berengüi, Castejón y Torregrosa, 2016). Autores como Cruz, Pascual, Wlodarczy, Polo, Echeburúa, (2016) explican que: cuanto mayor es la insatisfacción corporal presentada por el sujeto, mayor es el nivel de ansiedad que posee; por lo tanto, se puede considerar que, la satisfacción con la propia imagen del cuerpo resultaría en un factor de protección ante la ansiedad.

En efecto, los autores sugieren la existencia de una conexión entre la insatisfacción por la imagen corporal y la ansiedad, de manera que, una problemática producida en la una puede contribuir a una respuesta por parte de la otra, llegando incluso a fomentar el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria (Medina, Martínez, Escolar, Gonzales y Mercado, 2019).

## Ansiedad

En el 2017, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2017), indicó que, con el transcurso de los años, el porcentaje de personas que padecen de trastornos de ansiedad ha incrementado, de tal manera que, el 10% de la población mundial ha sido afectada; es así que al momento llega a representar 260 millones de personas a nivel global. Del mismo modo, Agudelo, Casadiegos y Sánchez (2008); Bayram y Bingel (2008) y Doumit et al., (2017) citados en Medina et al., (2019) señalan que la tasa de ansiedad desadaptativa en los universitarios se encuentra entre 23-25% en hombres y 36-42% en mujeres, cifras que son muy altas en comparación a la población general, que es equivalente al 8% en hombres y 15% en mujeres (Andrews, Hejdenberg y Wilding, 2006).

La ansiedad es entendida como una de las problemáticas más frecuentes en el ámbito de la salud mental; por lo que se conceptualiza como un patrón complejo de respuestas fisiológicas, afectivas, conductuales y cognitivas en respuesta ante estímulos que se interpretan de forma amenazante para la vida del individuo (Clark y Beck, 2010). Con la misma perspectiva, Sierra, Ortega y Zubeidat (2003) expresan que “la ansiedad alude a la combinación de distintas manifestaciones físicas y mentales que no son atribuibles a peligros reales, que se expresan a manera de crisis o con un estado persistente y difuso de malestar” (p. 15).

Es necesario señalar que desde la psicología se explica a la ansiedad a partir de dos ramas: rasgo y estado. Desde el apartado rasgo, se interpreta como respuesta ansiosa lo que el sujeto percibe de una situación peligrosa o amenazante; por su parte, en el apartado estado juegan un papel importante las emociones que se presentan de manera fluctuante en cuanto a su intensidad y duración, la misma es vivida por el sujeto como patológica en base a características como la activación anatómica y somática y una percepción consciente de la tensión subjetiva; cuando las situaciones son percibidas como amenazantes por el sujeto, la intensidad de la emoción incrementa independientemente del peligro real, a diferencia de que cuando las mismas sean valoradas como no amenazantes la intensidad de la emoción será baja, aunque exista dicho peligro real (Endler y Okada, 1975; Eysenck, 1975; Gray, 1982; Sandín, 1990).

Sin embargo, no todas las definiciones de esta son negativas, pues también se alude a la ansiedad como un tipo de respuesta ante eventos estresantes como parte del proceso adaptativo del ser humano, según Fernández et al., (2012), la ansiedad “es la más común y universal de las emociones, reacción de tensión sin causa aparente, más difusa [...] normal ante

determinadas situaciones y que constituye una respuesta habitual” (p.467). Por tanto, a una de las categorizaciones de la ansiedad se cataloga como un tipo de respuesta común adaptativa, mientras que, a la otra, como parte de una enfermedad o patología.

Concomitante, es importante conocer la manifestación fisiológica de la misma, puesto que cuando la respuesta es evocada por el organismo ante un estímulo neutro o no lo suficientemente fuerte para que se genere dicha reacción de manera constante. Para Martínez y López (2011), se encuentra en el circuito cerebral del miedo, de tal forma que, hay un incremento de respuesta en la amígdala ante estímulos que generen miedo, esto se debe a una “disminución de la capacidad de la corteza prefrontal ventral para disminuir la respuesta de miedo antes de que se extinga junto con disminución de la conectividad con el hipocampo” (p. 102).

Ante lo expuesto, la forma en la que se manifiesta es multimodal, pues se evidencia en alteraciones cognitivas, emocionales y conductuales, llegando a generar distintas reacciones en el organismo y provocar malestar en las personas, produciendo así alteraciones funcionales, por ejemplo, presentando ataques de fobia, crisis de pánico o angustia, trastorno de ansiedad generalizada, específica, social, estrés post trauma, entre otras; sin embargo, para comprender por qué se presentan es importante identificar algunos elementos.

Según Gómez, Casas y Ortega (2016), las principales afecciones relacionadas con la ansiedad se dan en torno a la edad y sexo, ya que, para estos autores, quienes presentan una mayor prevalencia de padecer ansiedad son la población femenina en menores de 35 años; y para Díaz (2020), otra población susceptible a sufrir de ansiedad son los estudiantes universitarios que se encuentran en los niveles de prácticas pre profesionales, donde se menciona que entre mayor es el nivel de estudio mayor serán los niveles de ansiedad.

Asociado a lo expuesto, es importante saber que desde 1950 se ha evidenciado una creciente demanda hacia la necesidad de formarse en educación superior o adquirir capacitación especializada, por ello los jóvenes buscan mayores oportunidades vocacionales y laborales. Los científicos que estudian el desarrollo humano concuerdan en el ideal de que la mayoría de la gente (sobre todo en sociedades industrializadas) el período entre 18 a 29 años es una etapa de la vida, denominada como adultez emergente, la cual se encuentra marcada por varios hitos, entre ellos el ingreso a la universidad (Papalia et al., 2012).

Dentro de este marco investigativo, internacionalmente se han llevado a cabo estudios como los de Gastelúm (2010); Solano y Cano (2012) y González, García y Martínez (2013) describen distintas variables de la ansiedad e insatisfacción con la imagen corporal donde mencionan al rango etario de los universitarios como un factor de riesgo, puesto que existe mayor tendencia en desarrollar trastornos de la conducta alimentaria; esto se produce por los cambios que se generan propiamente en la etapa de la adultez emergente. De igual manera, relatan que los estudiantes pertenecientes a carreras afines a las ciencias de la salud, como: medicina, psiquiatría y psicología presentan un mayor riesgo de experimentar problemas relacionados a la ansiedad e imagen corporal.

De la misma manera, estudios provenientes de Australia, Polinesia y algunas comunidades alrededor del mundo (Craig, 1999; Craig P, 1996), demuestran que las tendencias occidentales cada vez son más difundidas alrededor del planeta, las cuales enuncian que la distorsión de la imagen corporal es un problema mundial en países desarrollados y en vías de desarrollo (Vaquero, et al., 2013). Por ejemplo, dentro del contexto latinoamericano en la Universidad de Chihuahua en México, Gastélum (2011), encontró que, la percepción de la imagen corporal y niveles de ansiedad por la misma son objeto de estudio de países de Europa, y Norteamérica, pero no de contextos de países en vías de desarrollo, además encontraron que, las mujeres universitarias son las que presentan mayor preocupación por su aspecto físico principalmente por caderas, cintura, muslos y abdomen.

A pesar de que en 2018 el Ministerio de Salud (2018-2025), se comprometió mediante el plan intersectorial de Alimentación y nutrición Ecuador, a velar de manera integral por la salud y nutrición de las personas proporcionando evaluaciones físicas periódicas, fortaleciendo la promoción y prevención de salud para mejorar los hábitos alimentarios y de esta manera evitar o disminuir la presencia de posibles trastornos alimenticios como anorexia, bulimia u obesidad, la verdad ha sido que, a nivel nacional las investigaciones referente al tema han sido escasas.

Concomitante, en la ciudad de Quito Luzuriaga (2019), encontró al respecto que las mujeres son una población susceptible para padecer alteraciones de la imagen corporal en relación a los hombres y a desarrollar trastornos de conducta alimentaria o en su respecto de ansiedad, sin embargo, a nivel local, pese a que existen investigaciones sobre la imagen corporal o la ansiedad, no se han realizado estudios que consideren ambas variables dentro de una población universitaria. Con esta perspectiva teórica se identificaron los grados de ansiedad por la imagen corporal en estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca.





Ante lo expuesto en la fundamentación teórica se denota que la imagen corporal que poseen los estudiantes puede llegar a afectar al sujeto aumentando su probabilidad de experimentar ansiedad, por ello, la presente investigación plantea como objetivo general identificar los grados de ansiedad rasgo y estado por la imagen corporal en los estudiantes de la carrera de Psicología de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca según variables sociodemográficas edad, sexo, ciclo, ejercicio y dieta que se practique durante los últimos tres meses; y, como objetivos específicos, el determinar los grados de ansiedad según rasgo y estado, atendiendo al factor peso y factor no peso, en los estudiantes de la carrera de Psicología de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca período 2020-2021.

## **PROCESO METODOLÓGICO**

### **Enfoque, alcance y tipo de investigación**

La presente investigación se desarrolló con un enfoque cuantitativo, debido a que surge de procedimientos rigurosos y emplea el uso de técnicas de recolección de datos estadísticos; por ello, se adopta un alcance descriptivo con la finalidad de caracterizar cualidades de un fenómeno o grupo de personas. Para complementar, el estudio se identifica desde un corte transversal, ya que se ubica en un espacio y tiempo específico. Cabe mencionar que el tipo de investigación es no experimental debido a que no hubo intervención directa mediante la manipulación de los sujetos participantes (Rusu, 2011).

### **Población**

Los participantes del estudio fueron estudiantes de la carrera de Psicología de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca, matriculados en los periodos 2020-2021 y pertenecientes a tercer y quinto ciclo. Cabe mencionar que se trabajó con toda la población, la cual comprendió de 198 estudiantes, puesto que al ser una población pequeña se prescindió de utilizar un muestreo, esto en respuesta del criterio cuantificador que indica la generalización de los datos (Hernández, Batista y Sampieri, 2014).

### **Criterios de inclusión**

- Ser estudiantes de la carrera de psicología matriculados en la malla de los cuatro paralelos correspondientes al tercer ciclo y los tres paralelos correspondientes al quinto ciclo en la actualidad.
- Ser estudiantes adultos emergentes cuyo rango de edad esté entre 18 y 29 años.

### **Criterios de exclusión**

- El único criterio de exclusión fue no haber aceptado el consentimiento informado para la participación en el estudio.

### **Instrumentos**

En este estudio se utilizaron dos instrumentos, los cuales se describen a continuación:

*Ficha sociodemográfica:* Su función fue la exploración de datos como edad, sexo, ciclo, ejercicio y dieta con la finalidad de analizar y encontrar variaciones basadas en los datos mencionados dentro de la población estudiada.

*Cuestionario Body Image Anxiety Scale (BIAS):* la versión validada e informatizada por Gastélum (2010) determina el grado de ansiedad por la imagen corporal. Su aplicación dura de 15 a 20 minutos, y está conformado por 48 ítems, y se mide en una escala de Likert que puntúa de 0 a 10, siendo: 0 (Nada), 1-2-3 (Ligeramente), 4-5-6 (Moderadamente), 7-8-9 (Mucho) y 10 (Demasiado). El cuestionario se encuentra dividido en dos dimensiones: BIAS versión rasgo, que mide la ansiedad no situacional del sujeto en relación a 12 aspectos o características relacionadas con su cuerpo y BIAS versión estado, que mide ansiedad situacional del sujeto en relación a 12 aspectos o características relacionados con su cuerpo en tres escenarios distintos: situación de alta ansiedad (en la playa, llevando traje de baño), situación de media ansiedad (al andar de compras en el supermercado) y situación de baja intensidad (en casa, viendo televisión).

El valor del alfa de Cronbach en la versión informatizada y validada por Gastélum (2010) en la subescala correspondiente a ansiedad rasgo factor peso es 0.785 y en la subescala ansiedad rasgo factor no peso es 0.800. Con respecto a las subescalas de la versión ansiedad estado, factor peso muestra un alfa de 0.854 y en el factor no peso un alfa de 0.855.

### **Procesamiento de datos**

Para llevar a cabo la investigación, primeramente, se contactó a las autoridades de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca para la respectiva autorización. Posterior a esto, con ayuda de la tutora encargada se contactó con los docentes que imparten clases a la población antes descrita, para solicitar el ingreso a sus clases virtuales, lo cual permitió aplicar a los participantes el instrumento de investigación diseñado a través de la herramienta Google Forms, espacio en el que se anexó también el consentimiento informado para que los estudiantes aceptaran llenar los instrumentos, en el caso de no aceptar ser parte del estudio se dio por finalizada su participación.

Para aquellos estudiantes que aceptaron participar en la investigación, a través del formulario, en primer lugar, debían llenar los datos de la ficha sociodemográfica; posterior a ello, los estudiantes debían contestar las respuestas de la herramienta informatizada BIAS, la misma que les tomó aproximadamente de 10 a 15 minutos. Los participantes seleccionaron su

respuesta de acuerdo con el grado de ansiedad que sienten hacia diferentes partes o áreas corporales agrupados en dos factores: factor peso (ansiedad por partes del cuerpo como, por ejemplo, caderas) y factor no peso (formado por ítems como, por ejemplo, frente). La recolección de los datos se realizó en un período de dos semanas aproximadamente y, luego, los datos se digitalizaron en una matriz elaborada en el programa Statistical Package for the Social Sciences v.21 (SPSS), para su procesamiento estadístico.

### **Análisis de datos**

En el procesamiento de datos empleó la estadística descriptiva, que muestra medidas de tendencia central con relación a las variables de análisis. Del mismo modo, se realizaron pruebas estadísticas para identificar el índice de fiabilidad, dispersión de los datos y cruces de variables con el fin de dar un amplio entendimiento del fenómeno. Una vez culminado el análisis se procedió a la interpretación (juntamente con las bases teóricas, conceptuales y empíricas).

### **Aspectos éticos**

Esta investigación se fundamentó en los principios éticos de los psicólogos y, a su vez, en el código de conducta de la Asociación Americana de Psicología (APA, 2010) que promueven el cumplimiento de los principios bajo los siguientes parámetros: Principio A: beneficencia y no maleficencia en el uso de datos; principio B: fidelidad y responsabilidad para con la investigación; principio C: integridad y honestidad en el proceso; principio D: justicia evitando prácticas injustas; principio E: respeto por los derechos y la dignidad de las personas que se presten partícipes del estudio.

Además, se cumplieron los principios generales de la Asociación Médica Mundial (1964) que se centran en promover y asegurar el respeto a todos los seres humanos para proteger su salud, bienestar y derechos individuales al ser participantes en la misma, también se generaron nuevos conocimientos y saberes. Complementariamente se cumplió el criterio 20 y 22 ya que los participantes de la investigación fueron voluntarios e informados, además de que su consentimiento quedó documentado. También se cumplió el criterio 21 en el cual se asegura el resguardo de la intimidad de la persona que participó del estudio y la confidencialidad de su información personal. Así como también, los principios que plantean la inscripción, publicación de la investigación y difusión de resultados se cumplieron durante la publicación de la investigación.

## PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

En correspondencia de los resultados obtenidos se realizó un análisis de la fiabilidad del instrumento según sus dimensiones y categorías generales y específicas; es así que, se evidencia una normalidad en los datos, puesto que los valores oscilan dentro del rango de 0,710 a 0,990. A continuación, se muestra el Alfa de Cronbach de los ítems relacionados con las cuatro categorías que son: rasgo, estado playa (EP), estado supermercado (ES) y estado casa (EC).

*Tabla 1. Índice de fiabilidad según las cuatro categorías de análisis*

	Rasgo	Alta Ansiedad EP	Media Ansiedad ES	Baja intensidad EC
Alfa de Cronbach	0,903	0,896	0,925	0,924

Nota: análisis factorial exploratorio de fiabilidad. Escalas de rasgo y estado (Elaboración propia, 2021).

El instrumento de recolección posee dos dimensiones divididas en 12 aspectos corporales, los cuales se tomaron en cuenta para análisis de los aspectos individuales y generales, siendo los resultados consistentes con las categorías de rasgo y estado, previamente evidenciadas. En las dimensiones de factor peso y no peso, se encuentran curvas similares en los datos.

*Tabla 2. Índice de fiabilidad según las dimensiones y categorías de factor peso y no peso*

Factor Peso	Alfa de Cronbach por cada aspecto	Alfa de Cronbach General	
Caderas	0,890	Factor peso	0,972
Nalgas	0,900		
Muslos	0,901		
Abdomen	0,924		
Piernas	0,900		
Cintura	0,926		
Factor no peso	Alfa de Cronbach por cada aspecto	Factor no peso	0,951
Labios	0,893		
Muñecas	0,872		
Manos	0,918		
Frente	0,895		
Cuello	0,936		
Mentón	0,913		

Nota: análisis factorial exploratorio de fiabilidad de la submuestra de factor peso y no peso (Elaboración propia, 2021).

### Caracterización de los participantes

A continuación, se expone la caracterización de los datos generales de los participantes que fueron obtenidos por medio de la ficha sociodemográfica y su distribución de acuerdo con las distintas variables con el fin de conocer a la población que participó en el estudio.

Se contó con la participación de 198 estudiantes, los cuales fueron 131 (66.2%) mujeres y 67 (33.8%) hombres; 104 (52.5%) dichos participantes se encontraban en el rango de edad de 18 a 20 años.

Tabla 3. Caracterización de los participantes

Características		Números
<b>Edad</b>	18 - 20	104 (52.52%)
	21 - 23	78(39.39%)
	24 - 26	13(6.56%)
	27 - 29	3(1.5%)
<b>Sexo</b>	Hombres	67(33.83%)
	Mujeres	131(66.16%)
<b>Ciclo</b>	Tercer ciclo	101 (51.01%)
	Quinto ciclo	97(48.98%)
<b>Ejercicio (de 3 a 7 días más de 20 minutos)</b>	Si	
	No	96 (48.48%) 102 (51.51%)
<b>Dieta (en los últimos 3 meses)</b>	Si	
	No	43 (21.71%) 155 (78.28%)

Nota. Elaboración propia a partir de la ficha sociodemográfica.

Se puede identificar que el rango de edad predominante se encuentra entre los 18-20 años con un 52.52%, de sexo femenino el 66.16%, que se encuentran en tercer ciclo de educación representado por el 51.01%. En relación a la cantidad de ejercicio que realizan se encontró que el 51.51% de la población no realiza actividad física entre 3 a 7 días durante más de 20 minutos además que, los últimos 3 meses tampoco han realizado dieta, llegando a representar para este apartado al 78.28%.

## BIAS y variables sociodemográficas

Para lograr entender el comportamiento del fenómeno según las variables sociodemográficas se realizó un cruce de variables bajo parámetros estadísticos de tendencia central. Cabe indicar que la valoración de la escala supone una media de 30 en las categorías y una media de 60 en dimensiones, para discriminar equivalencias de ansioso, tenso o nervioso dentro de los rangos de nada, ligeramente, moderadamente, mucho y demasiado.

Tabla 4. Cruce de variables entre la edad y las categorías del BIAS

		Rasgo	EP	ES	EC	Factor Peso	Factor no peso
		M	M	M	M	M	M
1.- Edad	18-20	39	38	27	17	92,03	27,84
	21-23	24	24	17	10	56,92	17,96
	24-26	22	18	12	8	43,00	16,31
	27-29	19	20	13	2	46,33	7,00

Nota: M=Media (Elaboración propia, 2021).

Acorde a los resultados de la escala y su relación con la edad se puede ver que, dentro de las cuatro categorías compuestas por rasgo y estado, el rango etario que predomina es el de 18-20 años tanto en la categoría de rasgo como en el estado playa; teniendo marcadas disminuciones en estado supermercado y casa. Asimismo, ocurre con los aspectos del factor peso, como son: caderas, nalgas, muslos, piernas y demás. Es así que, el comportamiento, da la impresión de tomar un rumbo de escala; es decir que, mientras las edades sean más cercanas a la adolescencia es mayor el interés por la imagen corporal, y se disminuye conforme avanza el ciclo evolutivo; no obstante, los datos sugieren que en el rango etario de 24-26 años existe un declive estadísticamente significativo en razón del estado, factor peso y no peso.

Por otra parte, la variable de escolaridad se presenta con similares curvas interpretativas, puesto que es correspondiente al rango etario del sujeto; es así que se presentan mayores índices de ansiedad en los participantes de tercer ciclo, predominando categorías de rasgo (36) y la dimensión de factor peso (83,45).

Tabla 5. Cruce de variables entre el sexo y las categorías del BIAS

		Rasgo	EP	ES	EC	Factor peso	Factor no peso
		M	M	M	M	M	M
2.- Sexo	Hombre	22	19	16	11	43,21	24,30
	Mujer	36	37	25	15	90,18	22,15

Nota: M=Media (Elaboración propia, 2021).

Respecto a la variable Sexo, de manera general se denota que existen puntuaciones más altas en mujeres que en hombres presentes en todas las categorías. En cuanto al factor peso las mujeres presentan una media de 90.18 en relación a los hombres, dicha variable se relaciona con muslos, nalgas, caderas, abdomen, piernas y cintura a diferencia del factor no peso que involucra partes como labios, muñecas, manos, frente, cuello y mentón. Ello indica que, las mujeres prestan mayor atención a las zonas corporales vinculadas con el factor peso que los varones.

En relación, a los porcentajes relacionados a tener una práctica dietética con el fin mejorar la imagen corporal, se muestra que, dentro de este grupo de participantes tan solo el 8,08% de los hombres y el 13,64% de mujeres lo hacen; siendo un dato curioso que la mayor parte de la muestra no tiene prácticas dietéticas; cabe indicar que dentro del estudio se contó con la participación de 67 hombre y 131 mujeres.

*Tabla 6. Prácticas dietéticas según el sexo.*

		2.- Sexo	
		Hombre	Mujer
		%	%
7.- En los últimos tres meses ¿Ha estado en una dieta con el fin de mejorar su imagen corporal?	Si	8,08%	13,64
	No	25,76%	52,53%

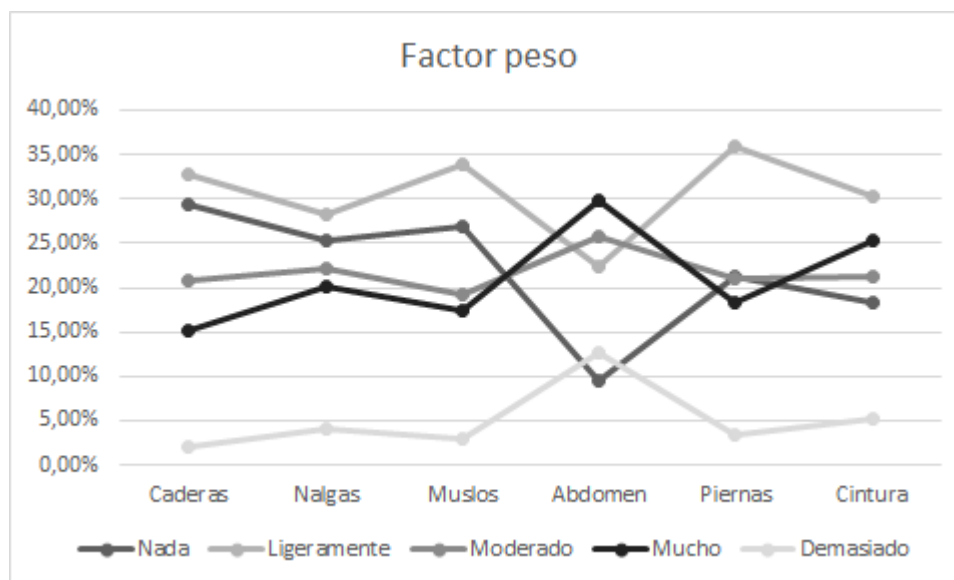
Nota: porcentajes que relacionan el sexo y dieta (Elaboración propia, 2021).

En cuanto a las prácticas de ejercicio físico, se evidenció que el 54,5% (113) realizan actividades deportivas, las cuales se distribuyen de la siguiente forma: el 61,18% (68) lo hacen entre 1 a 3 días; y el 39,82% (45) usa de 4 a 7 días para realizar actividades de ejercicio. Estos datos guardan correspondencia a los valores obtenidos en las prácticas dietéticas; es decir que, una de las formas de mejorar su imagen corporal es mediante el ejercicio.

Por otra parte, en las puntuaciones derivadas de la escala para medir niveles de ansiedad se encontró el siguiente comportamiento estadístico:



*Gráfico 1. niveles de ansiedad según la dimensión de factor peso*

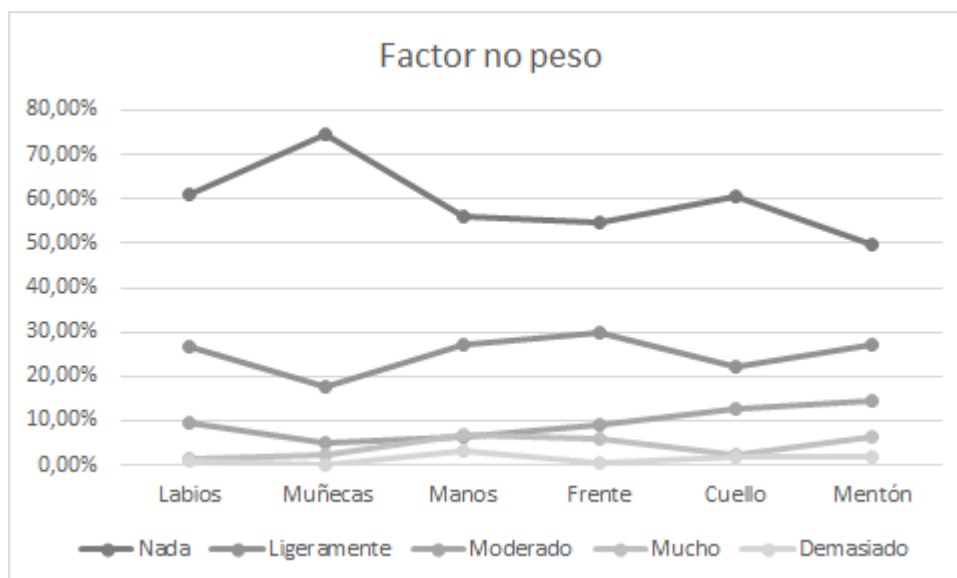


Nota: análisis de los seis factores correspondientes a la dimensión de factor peso y ansiedad situacional y estado (Elaboración propia, 2021).

El factor que presenta mayor foco de atención es el abdomen, ya que existen variaciones significativas en razón de la escala; es decir, la opción de demasiado, mucho y moderado incrementan significativamente en relación con las demás. Del mismo modo se puede observar que las opciones que se mantienen en un rango porcentual mucho y moderado; es decir que los niveles de ansiedad dentro del factor peso oscilan entre ansiedad media y alta. En cuanto a la vinculación con el sexo y los niveles de ansiedad, se evidenció que no existen diferencias significativas, ya que ambos poseen puntajes que giran alrededor de la categoría cualitativa de moderado y mucho; existiendo una desviación estándar de 2,31.

Acorde con el factor no peso, que comprende áreas corporales como labios, manos, muñecas, frente, cuello y mentón, se presenta un nivel de ansiedad baja general. Sin embargo, hacia las manos, frente y mentón los hombres prestan un mayor interés. Según la literatura revisada con el autor Abinagala y Caracuel (2008) la preocupación por parte de los hombres en áreas como el mentón se encuentra ligada a factores subyacentes, por ejemplo, la barba.

*Gráfico 2. niveles de ansiedad según la dimensión de factor no peso*

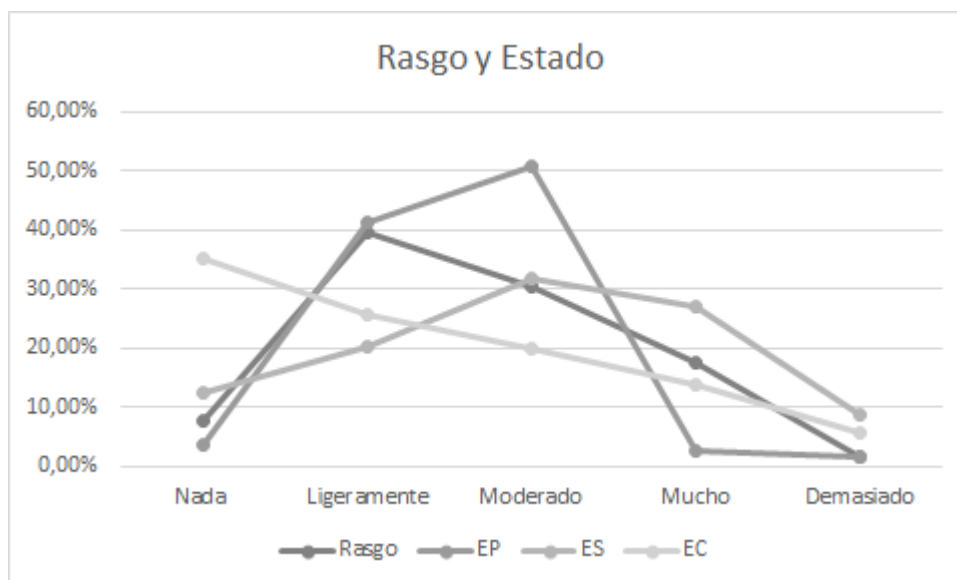


Nota: análisis de los seis factores correspondientes a la dimensión de factor no peso y ansiedad situacional y de estado (Elaboración propia, 2021).

En la interpretación general de las cuatro categorías que comprende el BIAS que son: rasgo, estado playa, estado supermercado y estado casa; en el comportamiento de los datos se vislumbra variaciones abruptas en la categoría de rasgo y estado playa. El valor de estas dos áreas es equivalente a ligeramente y moderado; mientras que en el estado casa mantiene una ecuanimidad que disminuye progresivamente según el escenario categórico. Por otra parte, en el estado supermercado los valores se sitúan alrededor de moderado y mucho, pero no es estadísticamente significativo en razón de las demás categorías analizadas.

La diferencia en este apartado se da en relación al sexo, a los hombres y la ansiedad estado en los tres distintos escenarios, se muestra un único ítem en el que los participantes puntúan alto. En el escenario playa, representa un 50.8% de la población masculina, en el escenario supermercado y casa, representa un 34.5% y 25.5% respectivamente; en el caso del escenario de rasgo en hombres se denota un porcentaje de 63,5%. En cuanto a las mujeres, se observa que en las mujeres se presentan más ítems que reflejan ansiedad, marcando las opciones moderadamente, mucho y demasiado en el escenario playa, con un 60.4%, Rasgo con 69.9%, estado supermercado 32.6% y estado casa con 21,9%.

*Gráfico 3. valores generales de acuerdo con las categorías de rasgo y estado*



Nota: análisis de la ansiedad situacional y de estado en las cuatro categorías propuestas en el BIAS (Elaboración propia, 2021).

La mayor parte de las mujeres con ansiedad estado en los cuatro escenarios pertenecen al rango de edad de 18 a 20 años, por lo mismo se puede evidenciar en esta investigación muestra que son los más jóvenes aquellos que tienen mayor ansiedad situacional o ansiedad estado, tanto hombres como mujeres.

## DISCUSIÓN

En relación a la población predominante se encontró que el 52.52% estaba conformado por mujeres que tenían entre 18-20 años, mismas que no realizan actividad física entre 3 a 7 días más de 20 minutos y que, durante los últimos 3 meses, tampoco han realizado dietas. Tal como se visualiza, la mayor parte de la población está representada por el sexo femenino, que se encuentra en la etapa de la adultez emergente con baja actividad física y sin una dieta específica, ello se relaciona con lo analizado por Fernández, González y Onofre (2015), quienes afirman que son las mujeres que se encuentran en principio de la adolescencia y durante la adultez emergente las que son más susceptibles a elaborar un juicio crítico respecto a su imagen corporal, sin embargo, estos autores difieren respecto a los resultados encontrados, puesto que en su estudio hallaron que las chicas presentaban altos niveles de ansiedad por su aspecto físico llegando a ser representado por una preocupación extrema con una insatisfacción hacia su imagen corporal de  $BSQ > 140$ , repercutiendo en conductas desadaptativas como dietas estrictas y recurrentes, además de ejercicios físicos que les permitieran controlar su nivel de grasa corporal, tonicidad, y aspecto físico en general.

En relación a los resultados de la escala con la variable edad, se encontró que predomina el rango de 18-20 años, y se identificó que, mientras las edades sean más cercanas a la adolescencia es mayor el interés por la imagen corporal y disminuye conforme avanza el ciclo evolutivo; no obstante, los datos sugieren que en el rango etario de 24-26 años existe un declive, estadísticamente significativo en razón del estado, factor peso y no peso. En contraste con los resultados, Inglés et al., (2010) menciona que, es la etapa de la adultez emergente donde hay mayor vulnerabilidad de sufrir problemas con la imagen corporal por los fisiológicos, emocionales y cognitivos que presenta el individuo, mientras que, Soto, et al., (2015) sostiene que son las chicas adolescentes las más vulnerables a sufrir de alteración de la imagen corporal, pues durante esa etapa los niveles de ansiedad son mayores pues se está produciendo una exploración de la identidad y el desarrollo de la personalidad.

En cuanto al factor peso se encontró que las mujeres prestan mayor atención que los varones hacia las zonas corporales vinculadas con el factor peso con una media de 90.18, respecto a la práctica dietética con el fin mejorar la imagen corporal, se encontró que tan solo el 8,08% de los hombres y el 13,64% de mujeres lo hacen; mientras que, la mayor parte de la muestra no tiene prácticas dietéticas de una población de 198. Estos resultados coinciden con los estudios de Fernández, González y Onofre (2015), donde son las mujeres las que evidencian los



resultados más altos para realizar dietas con la finalidad de obtener un mejor aspecto físico sin importar si estas ponen en riesgo su salud, también coincide con las perspectivas de Hernández, y León (2012), estos autores encontraron en sus estudios que las mujeres tienden a realizar restricciones alimentarias, o dietas milagro con la finalidad de reducir su talla, sin embargo, los hombres tienden a buscar el incremento de masa muscular y, por ello, a realizar mayor actividad física que las mujeres.

En una investigación realizada por Rodríguez y Cruz (2006) en España, las mujeres latinoamericanas presentan mayor insatisfacción con aspectos del cuerpo tales como abdomen y cintura, lo mismo se puede evidenciar en esta investigación, ya que ambos ítems son los únicos que se repiten en los tres escenarios. Por otro lado, en una investigación realizada en México por Zaragoza, Saucedo, y Fernández (2011) se encontró que las mujeres con un peso bajo se sienten insatisfechas con su imagen, ya que desean estar más robustas para cumplir los cánones de belleza reflejados en la delgadez, pero al mismo tiempo la voluptuosidad de glúteos o senos; pese a esta afirmación los autores refieren que sería interesante preguntarles qué tan satisfechas se sienten con esas partes de su cuerpo. Esto se pudo evidenciar en la presente investigación, sobre todo en el escenario playa, en donde los participantes deben imaginarse a si mismos en traje de baño, ya que las mujeres señalan ansiedad estado con respecto a los ítems nalgas, muslos y piernas.

## CONCLUSIONES

Para esta investigación se planteó como pregunta de investigación identificar ¿Qué grado de ansiedad rasgo como de estado por la imagen corporal, predominan en los estudiantes de la carrera de Psicología de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca, en el período 2020-2021, según las variables sociodemográficas edad, sexo, ciclo, estado civil, ejercicio y una dieta que se practique durante los últimos tres meses, y con los resultados obtenidos se encontró lo siguiente:

Considerando el contexto local y antecedentes de esta investigación podemos concluir que, la adultez emergente es una edad en la cual los individuos atraviesan distintos cambios, situación que les convierte en vulnerables de experimentar ansiedad por la imagen corporal, en especial a las mujeres situación que es provocada mayormente por los estándares de belleza basados en modelos pro-delgadez que es común en el mundo en general y en nuestra ciudad en particular. Además, los resultados permiten concluir que las mujeres presentan mayor ansiedad rasgo en comparación con los hombres, sobre todo en ítems que reflejan relación con el peso corporal.

Dentro de las variables sociodemográficas que también fueron investigadas (edad, ciclo, dieta y ejercicio), los hallazgos predominantes en la población muestran que el rango de edad que presenta mayores niveles de ansiedad tanto en hombres como en mujeres es de 18 a 20 años, esto en los estudiantes de tercer ciclo; a este resultado se le suma otro que llamó la atención, donde los estudiantes que presentan mayor ansiedad rasgo son quienes en su mayoría no realizan dietas, pero si realizan actividad física de 1 a 3 días por semana, lo cual demuestra una incongruencia entre la ansiedad generada por la imagen corporal y las medidas que toman al respecto.

Con respecto a ansiedad estado, en las mujeres se encontró que esta disminuye de acuerdo a los escenarios playa (escenario de nivel alto de ansiedad), supermercado (escenario de nivel medio de ansiedad), casa (escenario de nivel bajo de ansiedad) mostrando un nivel más alto en el escenario de alta ansiedad, donde el sujeto debía imaginarse a si mismo en un traje de baño, de igual manera las áreas corporales predominantes fueron las que tienen relación con el peso corporal. Mientras que los hombres presentan valores altos únicamente en el escenario de la playa; lo cual revela que, entre más partes de su cuerpo deba exponer a terceros, la persona presenta mayores niveles de ansiedad y estado por su imagen corporal.

Los resultados obtenidos permiten concluir que, en relación con la ansiedad rasgo y estado según los factores peso y no peso se repiten como ítems más frecuentes tanto en hombres como en mujeres el abdomen y el mentón. Mientras que los menos señalados en mujeres son piernas y labios, y en los hombres son caderas y muñecas. Cabe recalcar que son los más jóvenes entre 18 y 20 años quienes presentaron resultados en mayores niveles de ansiedad para estas subescalas de rasgo-estado.

### **RECOMENDACIONES**

En base a los resultados obtenidos y las conclusiones que se pudieron obtener a partir de ellas se recomienda lo siguiente:

Dado que los resultados principales aluden a la predominancia de la población femenina universitaria en relación a la masculina para desarrollar mayor ansiedad rasgo por la imagen corporal, es de suma importancia que se lleven a cabo investigaciones más profundas de esta temática, puesto a que las disponibles en el país son escasas; con mayor información científica se podrán incentivar programas de prevención y promoción de salud mental, y bienestar integral para las y los estudiantes de la carrera de psicología, de tal forma que, se potencien el conocimiento de hábitos saludables, fortalecimiento del autoconcepto, autoestima y la concientización de la repercusión de los trastornos alimenticios en la salud física.

Asimismo, a pesar de que los resultados apuntan hacia la población femenina como la más afectada se recomienda no descuidar al resto de los estudiantes, de ser necesario se puede implementar talleres como medida de psicoeducación preventiva referentes a la imagen corporal por parte de la universidad de tal forma que los alumnos puedan profundizar sobre cómo perciben su propia imagen de manera general y en distintas situaciones, en especial los estudiantes de psicología como futuros profesionales y promotores de la salud mental.

En relación con el estudio llevado a cabo y la recolección de información, se tuvo como limitaciones el confinamiento por la emergencia sanitaria, ya que, los cuestionarios fueron enviados de manera digital por Google forms, aspecto que limita la interacción con la población de estudio, y, la consecuente pérdida de información, compromiso, e interés que se puede llegar a obtener por parte de los estudiantes mediante la aplicación directa. Además, la aplicación de forma virtual también limitó el acceso a los participantes, pues en ocasiones los correos no eran



respondidos o llegaban a spam y se necesitó ayuda docente para la cooperación de la aplicación de este.

Así mismo, para el futuro levantamiento de información de nuevas investigaciones, se sugiere que para la ficha sociodemográfica se consideren variables como en el caso de la población masculina que está más interesada en ganar masa muscular y no se centran tanto en la pérdida de la misma, por ende las preguntas de investigación deben de ser realizadas de forma más inclusiva respecto a otras formas de percepción corporal, además se debe indagar sobre rutinas, restricciones, y estilos de alimentación; sería de gran importancia saber cuántos de estos alumnos para alcanzar su ideal de imagen corporal acuden a un profesional en nutrición.

Finalmente es aconsejable que para futuras investigaciones se considere el uso de herramientas contour drawing rating scale pues a diferencia de la que se usó esta se presenta de manera didáctica para los estudiantes ya que permite elegir a la figura acorde a la complexión física actual y elegir otra en base a la complexión física ideal.



## Referencias

- Acosta, M., y Gómez, G. (2003). Insatisfacción corporal y seguimiento de dieta. Una comparación transcultural entre adolescentes de España y México. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 3(1), 9-21.
- Arbinaga Ibarzábal, F. y Caracuel Tubío, J. C. (2008). Imagen corporal en varones fisicoculturistas. *Acta Colombiana de Psicología*, Vol. 11, no. 1 (ene.-jun. 2008); p. 75-88. Recuperado de: <https://repository.ucatolica.edu.co/handle/10983/590>
- Andrews, B., Hejdenberg, J., & Wilding, J. (2006). Student anxiety and depression: comparison of questionnaire and interview assessments. *Journal of Affective Disorders*, 95(1), 29-34.
- Anuel, A., Bracho, A., Brito, N., Rondón, J., y Sulbarán, D. (2012). Autoaceptación y mecanismos cognitivos sobre la imagen corporal. *Psicothema*, 24(3), 390-395.
- Baile, J.(2003). ¿Qué es la imagen corporal?. *Revista De Humanidades Cuadernos Del Marqués De San Adrián*, 3,1-17.
- Botta, R. (2003). For your health? The relationship between magazine reading and adolescents body image and eating disturbances. *Sex Role*, 48, 389.
- Cortes, J., Saucedo, T., y Cortés, T. (2011). Asociación de impacto entre factores socioculturales, insatisfacción corporal, e índice de masa corporal en estudiantes universitarios de Hidalgo, México. *Archivos latinoamericanos de Nutrición*, 61(1), 20.
- Clark, D., & Beck, A. (2010). Cognitive theory and therapy of anxiety and depression: Convergence with neurobiological findings. *Trends in cognitive sciences*, 14(9), 418-424.
- Craig, P. (1996). Do Polynesians still believe that big is beautiful? Comparasion of body size perceptions and preferences of Cook Islands, Maori, and Australians. *New Zeal Med J.*, 14(3)109-200.
- Craig, P. (1999). Perception of body side in the Tongan community: differences from and similirities to an Australian sample. *New Zeal Med J*, 23(12), 1288-1294.



- Cruz, M., Pascual, A., Wlodarczyk, A., Polo, R., y Echeburúa, E. (2016). Insatisfacción corporal y conductas de control del peso en chicas adolescentes con sobrepeso: papel mediador de la ansiedad y la depresión. *Nutrición Hospitalaria*, 33(4), 935-940
- De la Serna, I. (2004). Introducción: alteraciones de la imagen corporal. *Monog Psiquiatría*, 16 (2), 1-2.
- Díaz, R. (2020). Identificación de ansiedad de rasgo – estado en estudiantes del programa de psicología de la Universidad Santiago de Cali que realizan prácticas formativas con enfoque clínico durante el periodo académico 2020<sup>a</sup> (tesis de grado). Cali, Colombia.
- Durkin, S., & Paxton, S. (2002). Predictors of vulnerability to reduced body image satisfaction and psychological wellbeing in response to exposure to idealized female media images in adolescent girls. *J Psychosom Res*, 53(5), 995-1005.
- Endler, N. & Okada, M. (1975). A multidimensional measure of trait anxiety: The S-R inventory of general trait anxiousness. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43, 319-129.
- Escolar, M., Martínez, M., González, M., Medina, M., Mercado, E., y Lara, F. (2019). Factores de riesgo de trastornos de la conducta alimentaria entre universitarios: Estimación de vulnerabilidad por sexo y edad. *Revista mexicana de trastornos alimentarios*, 8(2), 105-112.
- Eysenck, H. (1975). Anxiety and the natural history of neurosis. *Stress and anxiety*, 1, 51.
- Fernández, J., González, I., y Onofre, R. (2015). Relación entre imagen corporal y autoconcepto físico en mujeres adolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 47 (1), 25-33.
- Fernández, O., Jiménez, B., Alfonso, R., Sabina, D., y Rafaela, J. (2012). Manual para diagnóstico y tratamiento de trastornos ansiosos. *Revista Electrónica de las Ciencias Médicas en Cienfuegos*, 10(5), 466-479.
- Gastélum, G. (2011). *Desarrollo y validación de una versión informatizada del body image anxiety scale y contour drawing rating scale: un estudio sobre percepción y nivel de*



*ansiedad de la imagen corporal en universitarios chihuahuenses* (Doctoral dissertation, Universidad de Granada). Granada, Spain.

González, R., García, P., y Martínez, J. (2013). Valoración de la imagen corporal y de los comportamientos alimentarios en universitarios. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 18(1), 45-59.

Gray, J. (1982). *The neuropsychology of anxiety: An enquiry of the septo-hippocampal system*. Oxford: Oxford University Press.

Hernández, A., y León, R. (2012). Dieta restringida o ejercicio excesivo: ¿Qué eligen las adolescentes para reducir la talla?. *Revista mexicana de trastornos alimentarios*, 3(2), 133-140.

Inglés, C., Piqueras, J., García, J., García, L., Delgado, B., y Ruiz, C. (2010). Diferencias de género y edad en respuestas cognitivas, psicofisiológicas y motoras de ansiedad social en la adolescencia. *Psicothema*, 22(3), 376-381.

Luzuriaga, L. (2019). Insatisfacción de la imagen corporal y comportamientos de riesgo asociados a los Trastornos de la Conducta Alimentaria en adolescentes de 12- 16 años de la Unidad Educativa Fiscomisional Padre Miguel Gamboa 2018-2019 (tesis de pregrado). Universidad Central del Ecuador, Quito, Ecuador.

Makino, M., Tsuboi, K., & Dennerstein, L. (2004). Prevalence of eating disorders: a comparison of Western and non-Western countries. *Medscape General Medicine*, 6(3).

Martínez, M., y López, D. (2011). Trastornos de ansiedad. *Revista Neurología, Neurocirugía y Psiquiatría*, 44(3), 101-107.

Medina, M., Martínez, M., Escolar, M., González, Y., y Mercado, E. (2019). Ansiedad e insatisfacción corporal en universitarios. *Acta Colombiana de Psicología*, 22(1), 13-21.

Ministerio de Salud. (2018-2025). Plan intersectorial de alimentación y nutrición Ecuador.

Molina, M., Izquierdo, D., Pérez, M., Moreno, R., Navarrón, E., Toral, M., y Torres, M. (2015). Imagen corporal y satisfacción corporal en adultos diferencias por sexo y edad. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 10(1), 63-68.



- Mundial, A. (1964). *Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos*. Declaración de Helsinki. Finlandia, junio.
- Organización Mundial de la Salud. (2017). La salud mental en el lugar de trabajo. Recuperado de [https://www.who.int/mental\\_health/in\\_the\\_workplace/es/](https://www.who.int/mental_health/in_the_workplace/es/)
- Papalia, D., Feldman, R. y Martorell. (2012). *Desarrollo Humano*. México DF. McGraw-Hill.
- Palaguachi, A., y Torres, J. (2020). Estilos de personalidad asociados a la imagen corporal en estudiantes de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de Cuenca en el periodo 2019- 2020 (*tesis de grado*). Universidad de Cuenca, Ecuador.
- Pereyra, Z. (2002). Culturas hegemónicas en las prácticas corporales. La problemática de la imagen corporal. *Revista Digital Efdeportes*, 8(48).
- Rusu, C. (2011). Metodología de la investigación. Universidad César Vallejo. Recuperado de: [http://www.formaciondocente.com.mx/06\\_RinconInvestigacion/01\\_Documentos/El%20Alcance%20de%20la%20Investigacion.pdf](http://www.formaciondocente.com.mx/06_RinconInvestigacion/01_Documentos/El%20Alcance%20de%20la%20Investigacion.pdf)
- Raich, R. M., Mora, M., Marroquín, H., Pulido, S. A., & Soler, A. (1997). Tratamiento cognitivo-conductual de la insatisfacción corporal. *Análisis y modificación de conducta*, 23(89), 405-424.
- Raich, R. (2000). *Imagen corporal. Conocer y valorar el propio cuerpo*. (E. Pirámide, Ed.)
- Raich, R. (2004). Una perspectiva desde la psicología de la salud de la imagen corporal. *Avances en psicología Latinoamericana*, 22(1), 15-27.
- Rodríguez, J., y Rabito, M. (2011). Vigorexia: de la adicción al ejercicio a entidad nosológica independiente. *Salud y drogas*, 11(1), 95-114.
- Sandín, B. (1990). Factores de predisposición en los trastornos de ansiedad. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 43, 343-351.
- Sepúlveda, A., Botella, J. y León, J. (2001). La alteración de la imagen corporal en los trastornos de la alimentación: un meta-análisis. *Psicothema*, 13(1), 7-16.
- Sierra, J., Ortega, V. y Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Rev. Mal-estar Subjetividades*, 3(1) 10-59.



- Solano, P., y Cano, V. (2012). Ansiedad en los trastornos alimentarios: Un estudio comparativo. *Psicothema*, 24(3), 384-389.
- Stice, E., & Bearman, S. (2001). Body image and eating disturbances prospectively predict growth in depressive symptoms in adolescents girls: A growth curve analysis. *Dev Psychol*, 37(5), 597-607.
- Taylor, C., Sharpe, T., Shisslak, C., Bryson, S., Estes, S., Gray, N., McKnight, K., Crago, M., Kraemer, H., & Killen, J (1998). Factors associated with weight concerns in adolescent girls. *Int J Eat Disord*, 24(1), 31- 42.
- Vaquero, R., Alacid, F., Muyor, J., y López, P. (2013). Imagen corporal; revisión bibliográfica. *Nutrición Hospitalaria*, 27-35.

**Anexos****Anexo 1.****Consentimiento Informado****FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Título de la investigación: ANSIEDAD POR LA IMAGEN CORPORAL EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE CUENCA, PERÍODO 2020- 2021

Datos del equipo de investigación:

	Nombres completos	# de cédula	Institución a la que pertenece
Investigador Principal	Wenddy Gabriela Heredia Gutierrez	0105955918	Universidad de Cuenca

**¿De qué se trata este documento?** (Realice una breve presentación y explique el contenido del consentimiento informado).  
Se incluye un ejemplo que puede modificar

Usted está invitado(a) a participar en este estudio que se realizará en la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca. En este documento llamado "consentimiento informado" se explica las razones por las que se realiza el estudio, cuál será su participación y si acepta la invitación. También se explica los posibles riesgos, beneficios y sus derechos en caso de que usted decida participar. Después de revisar la información en este Consentimiento y aclarar todas sus dudas, tendrá el conocimiento para tomar una decisión sobre su participación o no en este estudio. No tenga prisa, léalo detalladamente antes de continuar con su participación en este estudio.

**Introducción**

El presente proyecto de investigación se centra en determinar los grados de ansiedad que presentan los participantes hacia a su cuerpo. Este tema es de gran importancia en la actualidad debido a que la adultez emergente es una etapa de grandes cambios, los cuales los hacen de esta población propensa de sufrir ansiedad por la imagen corporal causando como consecuencia distintos problemas. Por otro lado, como futuros profesionales de la salud mental es de importancia la evaluación de esta área ya que es una con la que trabajarán también a futuro con sus pacientes. Los participantes han sido escogidos para participar en este proyecto porque se encuentra en el rango de edad comprendido como adulto emergente entre los 18 y 29 años de edad y además por ser un estudiante perteneciente al ámbito de la salud mental.

**Objetivo del estudio**

Con la siguiente investigación se pretende principalmente determinar el grado de ansiedad por la imagen corporal según rasgo (ansiedad no situacional del sujeto con respecto a distintas partes de su cuerpo) y estado (ansiedad situacional) en los estudiantes de la Carrera de Rediseño de la Facultad de Psicología.

**Descripción de los procedimientos**

Luego de contactar a las autoridades de la Facultad de Psicología para que la investigación sea autorizada se llegará a los participantes del estudio con el consentimiento informado para que pueda ser firmado por los mismos. A continuación, podrán llenar los datos sociodemográficos seguidos de la herramienta BIAS, lo cual les tomará alrededor de 30 minutos de su tiempo. La herramienta para recolección de los datos será enviada de forma virtual por medio del correo institucional de cada estudiante. La muestra con la que se cuenta son 161 estudiantes pertenecientes a la Carrera de Rediseño de la Facultad de Psicología.

**Riesgos y beneficios**

Un factor emocional y psicológico que se podría catalogar tanto riesgo como beneficio es el autodescubrimiento personal referente a la ansiedad que se siente por diferentes partes del cuerpo, este riesgo se minimiza ya que la herramienta a aplicar es poco invasiva y confidencial. Es posible que este estudio no traiga beneficios directos a usted a corto plazo. Pero al final de esta investigación, la información que genera, puede aportar beneficios a los demás como lo es ser antecedente para futuros trabajos de investigación en esta área y la creación de talleres de trabajo.

**Otras opciones si no participa en el estudio**

La participación en este estudio no es de carácter obligatorio, pero pedimos se tome en cuenta que su ayuda en el mismo sería un valioso aporte tanto a nivel académico como social. Pese a esto usted está en completa libertad de elegir su participación en el estudio.



**Derechos de los participantes** *(debe leerse todos los derechos a los participantes)*

Usted tiene derecho a:

- 1) Recibir la información del estudio de forma clara;
- 2) Tener la oportunidad de aclarar todas sus dudas;
- 3) Tener el tiempo que sea necesario para decidir si quiere o no participar del estudio;
- 4) Ser libre de negarse a participar en el estudio, y esto no traerá ningún problema para usted;
- 5) Ser libre para renunciar y retirarse del estudio en cualquier momento;
- 6) Recibir cuidados necesarios si hay algún daño resultante del estudio, de forma gratuita, siempre que sea necesario;
- 7) Derecho a reclamar una indemnización, en caso de que ocurra algún daño debidamente comprobado por causa del estudio;
- 8) Tener acceso a los resultados de las pruebas realizadas durante el estudio, si procede;
- 9) El respeto de su anonimato (confidencialidad);
- 10) Que se respete su intimidad (privacidad);
- 11) Recibir una copia de este documento, firmado y rubricado en cada página por usted y el investigador;
- 12) Tener libertad para no responder preguntas que le molesten;
- 13) Estar libre de retirar su consentimiento para utilizar o mantener el material biológico que se haya obtenido de usted, si procede;
- 14) Contar con la asistencia necesaria para que el problema de salud o afectación de los derechos que sean detectados durante el estudio, sean manejados según normas y protocolos de atención establecidas por las instituciones correspondientes;
- 15) Usted no recibirá ningún pago ni tendrá que pagar absolutamente nada por participar en este estudio.

**Información de contacto**

Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio por favor envíe un correo electrónico a [wenddy.heredia@ucuenca.edu.ec](mailto:wenddy.heredia@ucuenca.edu.ec)

**Consentimiento informado** *(Es responsabilidad del investigador verificar que los participantes tengan un nivel de comprensión lectora adecuado para entender este documento. En caso de que no lo tuvieran el documento debe ser leído y explicado frente a un testigo, que corroborará con su firma que lo que se dice de manera oral es lo mismo que dice el documento escrito)*

Comprendo mi participación en este estudio. Me han explicado los riesgos y beneficios de participar en un lenguaje claro y sencillo. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me permitieron contar con tiempo suficiente para tomar la decisión de participar y me entregaron una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en esta investigación.

\_\_\_\_\_  
Nombres completos del/a participante

\_\_\_\_\_  
Firma del/a participante

\_\_\_\_\_  
Fecha

\_\_\_\_\_  
Nombres completos del/a investigador/a

\_\_\_\_\_  
Firma del/a investigador/a

\_\_\_\_\_  
Fecha

Si usted tiene preguntas sobre este formulario puede contactar al Dr. José Ortiz Segarra, Presidente del Comité de Bioética de la Universidad de Cuenca, al siguiente correo electrónico: [jose.ortiz@ucuenca.edu.ec](mailto:jose.ortiz@ucuenca.edu.ec)



Anexo 2.

Ficha sociodemográfica para los estudiantes de la facultad de la psicología

DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS	
<b>Edad</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="radio"/> 18-20</li><li><input type="radio"/> 21-23</li><li><input type="radio"/> 24-26</li><li><input type="radio"/> 27-29</li></ul>
<b>Sexo</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="radio"/> Hombre</li><li><input type="radio"/> Mujer</li></ul>
<b>Escolaridad</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="radio"/> Tercer ciclo</li><li><input type="radio"/> Quinto Ciclo</li></ul>
<b>Ejercicio</b>	<p><b>-¿Realiza ejercicio físico?</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="radio"/> Si</li><li><input type="radio"/> No</li></ul> <p><b>-Indique el número de días que realiza ejercicio físico en la semana</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="radio"/> 1</li><li><input type="radio"/> 2</li><li><input type="radio"/> 3</li><li><input type="radio"/> 4</li><li><input type="radio"/> 5</li><li><input type="radio"/> 6</li><li><input type="radio"/> 7</li></ul> <p><b>-Indique la duración de ejercicio físico que realiza en cada sesión</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="radio"/> Menos de 20 minutos</li><li><input type="radio"/> De 20 a 60 minutos</li><li><input type="radio"/> Más de 60 minutos</li></ul>
<b>Dieta</b>	<p><b>-¿Ha estado bajo una dieta con el fin de mejorar su imagen corporal?</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="radio"/> Si</li><li><input type="radio"/> No</li></ul>



**Anexo 3.****Escala Body Image Anxiety Scale, versión validada e informatizada por Gastélum en el año 2010.****BIAS (Imagen Corporal Rasgo)**

Las frases que va a leer a continuación quieren describir hasta qué punto se siente ansioso, tenso o nervioso en general acerca de su cuerpo o de partes específicas de su cuerpo.

Por favor, lea cada afirmación y escoja la respuesta que mejor indique cómo se siente en general. Recuerde que no existen respuestas buenas y malas.

1. En general (o normalmente) Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis caderas

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

2. En general (o normalmente) Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis nalgas

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

3. En general (o normalmente) Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis muslos

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

4. En general (o normalmente) Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mi abdomen

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

5. En general (o normalmente) Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis piernas

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

6. En general (o normalmente) Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mi cintura

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

7. En general (o normalmente) Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis labios

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

8. En general (o normalmente) Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis muñecas

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

9. En general (o normalmente) Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis manos

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

10. En general (o normalmente) Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mi frente

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

11. En general (o normalmente) Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mi cuello

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

12. En general (o normalmente) Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mi mentón (barbilla)

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

### **BIAS (Imagen Corporal A. Playa)**

Las frases que va a leer a continuación quieren describir hasta qué punto se siente ansioso, tenso o nervioso, ahora acerca de su cuerpo o de partes específicas de su cuerpo (mientras se imaginan en la situación que se describe a continuación).

Por favor, lea cada afirmación y escoja la respuesta que mejor indique cómo se sentiría si usted estuviera en la situación descrita. Recuerde que no existen respuestas buenas o malas.

1. Estoy en la playa, llevando un traje de baño pequeño, a punto de entrar en el agua, yo solo, mientras que la playa está llena de gente observándome. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis cadera.

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

2. Estoy en la playa, llevando un traje de baño pequeño, a punto de entrar en el agua, yo solo, mientras que la playa está llena de gente observándome. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis nalgas

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

3. Estoy en la playa, llevando un traje de baño pequeño, a punto de entrar en el agua, yo solo, mientras que la playa está llena de gente observándome. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis muslos

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

4. Estoy en la playa, llevando un traje de baño pequeño, a punto de entrar en el agua, yo solo, mientras que la playa está llena de gente observándome. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mi abdomen

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

5. Estoy en la playa, llevando un traje de baño pequeño, a punto de entrar en el agua, yo solo, mientras que la playa está llena de gente observándome. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis piernas

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

6. Estoy en la playa, llevando un traje de baño pequeño, a punto de entrar en el agua, yo solo, mientras que la playa está llena de gente observándome. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mi cintura

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

7. Estoy en la playa, llevando un traje de baño pequeño, a punto de entrar en el agua, yo solo, mientras que la playa está llena de gente observándome. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis labios

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

8. Estoy en la playa, llevando un traje de baño pequeño, a punto de entrar en el agua, yo solo, mientras que la playa está llena de gente observándome. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis muñecas

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

9. Estoy en la playa, llevando un traje de baño pequeño, a punto de entrar en el agua, yo solo, mientras que la playa está llena de gente observándome. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis manos

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

10. Estoy en la playa, llevando un traje de baño pequeño, a punto de entrar en el agua, yo solo, mientras que la playa está llena de gente observándome. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mi frente

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

11. Estoy en la playa, llevando un traje de baño pequeño, a punto de entrar en el agua, yo solo, mientras que la playa está llena de gente observándome. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mi cuello

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

12. Estoy en la playa, llevando un traje de baño pequeño, a punto de entrar en el agua, yo solo, mientras que la playa está llena de gente observándome. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mi mentón (barbilla)

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

### **BIAS (Imagen Corporal A. Supermercado)**

Las frases que va a leer a continuación quieren describir hasta qué punto se siente ansioso, tenso o nervioso, ahora acerca de su cuerpo o de partes específicas de su cuerpo (mientras se imaginan en la situación que se describe a continuación).

Por favor, lea cada afirmación y escoja la respuesta que mejor indique cómo se sentiría si usted estuviera en la situación descrita. Recuerde que no existen respuestas buenas o malas.

1. Estoy en el supermercado, de compras con mi ropa de diario. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis caderas

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

2. Estoy en el supermercado, de compras con mi ropa de diario. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis nalgas

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

3. Estoy en el supermercado, de compras con mi ropa de diario. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis muslos

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado



4. Estoy en el supermercado, de compras con mi ropa de diario. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mi abdomen Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado
5. Estoy en el supermercado, de compras con mi ropa de diario. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis piernas Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado
6. Estoy en el supermercado, de compras con mi ropa de diario. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mi cintura Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado
7. Estoy en el supermercado, de compras con mi ropa de diario. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis labios Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado
8. Estoy en el supermercado, de compras con mi ropa de diario. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis muñecas Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado
9. Estoy en el supermercado, de compras con mi ropa de diario. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis manos Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado
10. Estoy en el supermercado, de compras con mi ropa de diario. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mi frente Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado
11. Estoy en el supermercado, de compras con mi ropa de diario. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mi cuello Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado
12. Estoy en el supermercado, de compras con mi ropa de diario. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mi mentón (barbilla) Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

**BIAS (Imagen Corporal A. Casa)**

Las frases que va a leer a continuación quieren describir hasta qué punto se siente ansioso, tenso o nervioso, ahora acerca de su cuerpo o de partes específicas de su cuerpo (mientras se imaginan en la situación que se describe a continuación).

Por favor, lea cada afirmación y escoja la respuesta que mejor indique cómo se sentiría si usted estuviera en la situación descrita. Recuerde que no existen respuestas buenas o malas.

1. Estoy mi casa, relajadamente mirando mi programa favorito en la televisión. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis caderas

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

2. Estoy mi casa, relajadamente mirando mi programa favorito en la televisión. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis nalgas

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

3. Estoy mi casa, relajadamente mirando mi programa favorito en la televisión. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis muslos

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

4. Estoy mi casa, relajadamente mirando mi programa favorito en la televisión. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mi abdomen

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

5. Estoy mi casa, relajadamente mirando mi programa favorito en la televisión. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis piernas

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

6. Estoy mi casa, relajadamente mirando mi programa favorito en la televisión. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mi cintura

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

7. Estoy mi casa, relajadamente mirando mi programa favorito en la televisión. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis labios

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado



8. Estoy mi casa, relajadamente mirando mi programa favorito en la televisión. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis muñecas

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

9. Estoy mi casa, relajadamente mirando mi programa favorito en la televisión. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mis manos

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

10. Estoy mi casa, relajadamente mirando mi programa favorito en la televisión. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mi frente

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

11. Estoy mi casa, relajadamente mirando mi programa favorito en la televisión. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mi cuello

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado

12. Estoy mi casa, relajadamente mirando mi programa favorito en la televisión. Qué tan ansioso, tenso o nervioso me siento por: Mi mentón (barbilla)

Nada 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Demasiado